

PELATIHAN PIJAT BAYI PADA KADER DAN IBU BALITA SEBAGAI UPAYA MENINGKATKAN IMUNITAS BALITA

Baby Massage Training to Village Health Workers (Kader) and Mothers of Toddlers as an Effort to Increase the Toddlers Immunity

Tanti Tri Lestary*, Nur Citra, Susanti, Ratnanengsih
Jurusan Kebidanan Universitas Borneo Tarakan
*tanti@borneo.ac.id

ABSTRAK

Terjadi penurunan angka kematian balita di Indonesia pada tahun 2020 jika dibandingkan tahun 2019, namun penurunan ini tidak lebih dari 5%. Indonesia memiliki komitmen kuat dalam menjamin kehidupan yang sehat bagi seluruh penduduknya di semua usia. Sehingga untuk menurunkan angka kematian balita menjadi 25 per 1000 pada tahun 2030 memerlukan dukungan seluruh sektor termasuk akademisi. Pijat bayi merupakan pelayanan kesehatan komplementer yang murah dengan banyak manfaat diharapkan dapat menurunkan terjadinya AKB yang disebabkan sakit. Pengabdian kepada masyarakat mengenai pelatihan pijat bayi kepada kader dan ibu balita di Kelurahan Gunung Lingkas dilakukan dengan harapan mewujudkan penurunan AKB tersebut. Pelatihan diberikan dengan memberikan sosialisasi pengertian, manfaat dan praktik cara pijat bayi yang benar. Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan Universitas Borneo Tarakan memberikan pelatihan pijat bayi dan balita diberikan kepada kader dan 15 ibu balita di Kelurahan Gunung Lingkas dengan harapan dapat melakukan secara mandiri untuk meningkatkan imunitas balitanya. Dalam tahap evaluasi para kader dan ibu balita mampu melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Pijat bayi ini diharapkan dapat meningkatkan tumbuh kembang dan imunitas bayi dan balita.

Kata Kunci : Pelatihan, Pijat Bayi, Imunitas

ABSTRACT

The toddlers mortality rate in Indonesia decreased by less than 5% in 2020 as compared to 2019. Indonesia is dedicated to promoting healthy living for its entire population of all ages. Therefore, lowering the toddlers mortality rate to 25 per 1000 by 2030 would necessitate collaboration from all sectors, including academics. Baby massages is an inexpensive complementary health service with many benefits. This service aims to provide understanding and practice of baby massages in to the community in Gunung Lingkas Village to lowering the toddlers mortality rate to 25 per 1000 by 2030. The Bachelor Program and Midwifery Profession of University Borneo Tarakan provided training for baby massage to Village Health Workers and 15 mothers of children under five. In the evaluation stage, Village Health Workers and mothers of toddlers were able to do baby massage independently at home. This baby massage is expected to increase the growth and development and immunity of infants and toddlers.

Keywords : Training, Baby Massages, Immunity

PENDAHULUAN

Angka kematian balita dinyatakan menurun dari 29.322 pada tahun 2019 menjadi 28.158 pada tahun 2020, namun angka ini tidak terpaut jauh. Salah satu penyebab kematian tertinggi adalah infeksi bakteri dan Pnemonia. Sehingga dapat dikatakan bahwa balita di Indonesia masih

beresiko mengalami kematian (Prabhakara, 2019; Indonesia, 2021). Indonesia memiliki tekad dalam menjamin kehidupan yang sehat bagi seluruh penduduk disegala usia termasuk balita. Sektor kesehatan untuk *Sustainable Deveopment Goals* (SDGs) bergantung kepada seluruh pemangku kebijakan hingga organisasi profesi, lembaga sosial

kemasyarakatan dan akademisi untuk menjalankan tugasnya. Pada tahun 2030 Pemerintah merencanakan menurunkan Angka Kematian Neonatal dalam kasus yang dapat dicegah hingga 12 per 1000 KH (Kelahiran Hidup) dan Angka Kematian Balita 25 per 1000 (International NGO Forum on Indonesian Development, n.d.).

Diagnosis tepat waktu dan penanganan yang tepat merupakan langkah yang sangat penting dalam mengatasi masalah kematian Balita. Seringnya perawatan dilakukan dengan pemberian obat-obatan, namun jenis obat seperti antibiotik memiliki toksisitas dan memiliki pengaruh negatif pada sistem kekebalan enterik pada anak-anak. Sehingga para orang tua cenderung lebih memilih pengobatan komplementer (Chen *et al.*, 2021).

Stevens *et al* (2008) menyebutkan dari hasil penelitiannya bahwa salah satu alasan terapi pijat diberikan kepada penderita kanker di Jerman adalah untuk memperkuat sistem imunitas, dengan harapan tercapainya stabilisasi fisik untuk mengurangi toksisitas terapi dan meningkatkan peluang penyembuhan. Selain itu terapi pijat yang diberikan kepada bayi di Rumah Sakit memberikan dampak positif ditandai dengan berkurangnya masa inap (Lu *et al.*, 2020).

Terapi pijat pada bayi dipercaya dapat menjaga kesehatan dengan meningkatkan imunitas. Namun pemijatan harus dengan teknik yang benar agar mendapatkan manfaat yang diinginkan. Jika dilakukan dengan teknik pemijatan yang kurang tepat justru membahayakan balita. Karena teknik yang salah akan menimbulkan seperti pembengkakan, rasa nyeri yang tidak nyaman, membuat balita semakin rewel bahkan terburuk adalah cedera pada balita (Marni, 2019).

Dari survei yang dilakukan sebelumnya, belum pernah diadakan kegiatan pelatihan pijat bayi untuk kader dan ibu balita di Kelurahan Gunung Lingkas. Sehingga salah satu upaya untuk menurunkan angka kematian balita Program Studi S1 dan Profesi

Kebidanan melakukan pelatihan pijat bayi dan balita untuk kader dan ibu balita dengan memberikan pengetahuan dan keterampilan kepada kader dan ibu balita dalam melakukan pijat bayi secara mandiri.

METODE

1. Persiapan

Persiapan dilakukan dengan melakukan survei dan memutuskan untuk melaksanakan PKM di Wilayah Kelurahan Gunung Lingkas. Pada kegiatan PKM, dosen melibatkan mahasiswa dari prodi S1 Kebidanan sebanyak 6 orang. Dalam persiapan Mahasiswa membantu dalam identifikasi masalah pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Dosen bertugas menyampaikan materi dan menjadi instruktur untuk pijat bayi.

2. Pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan pemaparan materi melalui seminar dan pelatihan pijat bayi. Kegiatan pelatihan pijat bayi dan balita untuk kader dan ibu balita dilaksanakan sesuai dengan urutan pada proses pijat untuk bayi dan balita. Selanjutnya kegiatan pelatihan diisi dengan sesi diskusi. Pada kegiatan diskusi, kader dan ibu balita memiliki kesempatan untuk bertanya kepada narasumber terkait materi yang disampaikan. Diskusi yang dilakukan tidak hanya berguna untuk memberikan pengetahuan melainkan dapat berbagi pengalaman maupun permasalahan yang sedang dihadapi mitra.

3. Evaluasi

Evaluasi dilakukan untuk mengetahui hasil pelatihan yang diberikan dari pelaksanaan pelatihan pijat bayi dan balita untuk kader dan ibu balita. Tahap evaluasi dilaksanakan di hari yang sama setelah pelatihan pijat bayi dan balita diadakan dengan melakukan observasi saat kader dan ibu balita mempraktikkan teknik memijat bayi dan balita. Hasil dari PKM ini menunjukkan Kader dan ibu Balita memahami tentang pemberian pijat pada bayi dan balita untuk meningkatkan imunitas balita. Ibu memberikan sikap yang positif setelah terlaksananya kegiatan

PKM dan dapat melaksanakan pijat pada balita dengan baik. Hasil evaluasi didapatkan ibu mampu melakukan pijat bayi dan balita secara mandiri.

HASIL

Kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilaksanakan dalam bentuk pelatihan pada kader dan ibu balita agar dapat secara mandiri melakukan pijat bayi untuk meningkatkan imunitas bayi dan balitanya. Program Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM) Program Studi S1 dan Profesi Jurusan Kebidanan Universitas Borneo Tarakan berupa pelatihan pijat bayi dan balita untuk kader dan ibu balita ini dilaksanakan pada 10 Desember 2021 di Kelurahan Gunung Lingkas, Kecamatan Tarakan Timur, Kota Tarakan, Provinsi Kalimantan Utara dengan sasaran para kader dan 15 ibu balita. K

Kegiatan ini diharapkan kader dan ibu balita dapat memiliki keterampilan dalam pijat bayi secara mandiri. Pelaksanaan PKM ini menggunakan metode pelatihan dan pendidikan masyarakat yaitu melibatkan masyarakat dan mahasiswa selama proses pelaksanaan. Pada tahap evaluasi dalam kegiatan ini tampak peningkatan antusias kader dan ibu balita yang ingin mengetahui teknik pijat bayi lainnya. Hal ini menunjukkan perubahan perilaku ibu balita ketika ibu balita mulai memahami pentingnya melakukan pijat untuk bayi dan balitanya dengan teknik yang baik dan benar. Setelah pelaksanaan latihan



Gbr 1. Dokumentasi Kegiatan Pengabdian Masyarakat

PEMBAHASAN

Pijat bayi merupakan perawatan kesehatan yang murah dan dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Pemijatan dapat dilakukan dengan melakukan sentuhan dengan tekanan lembut pada daerah wajah, dada, perut, pungguang dan ekstremitas bayi. Pemijatan diharapkan dapat memaksimalkan penyerapan makanan di dalam tubuh bayi. Hal ini terjadi karena dengan teknik pemijatan benar, saraf yang bekerja untuk merangsang nervus vagus kemudian akan merangsang peningkatan peristaltik usus (Lu et al., 2019).

Selain memberikan manfaat pada bayi dan balita sehat, metode pijat bayi juga memiliki dampak positif pada bayi dan balita dengan *Cerebral Palsy* (CP). Pada penelitiannya (2018) menyatakan anak-anak dengan CP memiliki perkembangan lebih baik setelah mendapat terapi pijat selama 18 minggu. Meskipun keeratannya tergolong lemah, tetapi ta

Pijat bayi juga memiliki efek positif dalam menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan pada bayi dan balita. Peningkatan pertumbuhan ini ditunjukkan dengan peningkatan berat badan. Hal ini dibuktikan oleh Lu (2019) dalam penelitiannya bahwa terdapat peningkatan berat

bada pada bayi pematurnan dan anak usia 6 bulan yang diberikan terapi pijat bayi selama 12 minggu. Hal ini sejalan dengan Lu (2020) yang menyatakan adanya peningkatan berat badan bayi premature rata-rata sebesar 7,96g/hari dalam 15 kali terapi.

Di antara banyaknya pengobatan komplementer yang ada, pijat pada bayi merupakan yang paling diminati. Hal ini karena tidak memerlukan biaya yang tinggi, nyaman dengan intervensi yang mudah dicapai termasuk meningkatkan imunitas balita. Pijat dilakukan melalui berbagai jenis sentuhan, termasuk sentuhan pasif, *effleurage*, *petrissage*, gesekan, dan *tapotement* pada wajah dan tubuh. Banyak peneliti percaya bahwa pijat dapat membantu tubuh menyembuhkan dirinya untuk kembali dalam keadaan homeostatik. Reseptor pada kulit yang di pijat dapat mengirimkan sinyal dari perifer ke sinapsis pada sistem saraf pusat untuk otak mengintegrasikan sinyal ke dalam melalui regulasi jaringan neuroendokrin imun (Álvarez *et al.*, 2017; Chen *et al.*, 2021).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil kegiatan PKM di Kelurahan Gunung Lingkas dapat disimpulkan eserta pelatihan yakni kader dan ibu balita memiliki pemahaman dan keterampilan dalam melakukan pijat bayi dan balita secara mandiri. Pijat bayi yang dilakukan ibu secara mandiri diharapkan dapat meningkatkan imunitas bayi dan balita. Sebagai tindak lanjut kegiatan pijat bayi tim PKM Program Studi S1 dan Profesi Kebidanan Universitas Borneo Tarakan berharap adanya kegiatan lanjutan dari tenaga kesehatan lainnya supaya dapat memberikan pelayanan promosi kesehatan terkait dengan peningkatan imunitas untuk balita.

SARAN

Disarankan kepada kader posyandu yang telah diberikan pelatihan di wilayah kerja Kelurahan Gunung Lingkas untuk aktif memberikan edukasi tentang manfaat pijat bayi kepada masyarakat yang memiliki balita disekitarnya. Kepada ibu bayi dan balita dianjurkan untuk

menerapkan metode pijat bayi di rumah secara mandiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Álvarez, M.J., Fernández, D., Gómez-Salgado, J., Rodríguez-González, D., Rosón, M. & Lapeña, S. (2017), "The effects of massage therapy in hospitalized preterm neonates: A systematic review", *International Journal of Nursing Studies*, Elsevier Ltd, Vol. 69, pp. 119–136.
- Chen, S.C., Yu, J., Yuen, S.C.S., Lam, J.C.S., Suen, L.K.P. & Yeung, W.F. (2021), "Massage therapy in infants and children under 5 years of age: protocol for an overview of systematic reviews", *Systematic Reviews*, Systematic Reviews, Vol. 10 No. 1, pp. 1–9.
- Eliasson, A.C., Nordstrand, L., Ek, L., Lennartsson, F., Sjöstrand, L., Tedroff, K. & Krumlinde-Sundholm, L. (2018), "The effectiveness of Baby-CIMT in infants younger than 12 months with clinical signs of unilateral-cerebral palsy; an explorative study with randomized design", *Research in Developmental Disabilities*, Vol. 72 No. June 2017, pp. 191–201.
- Indonesia, K.K.R. (2021), *Profil Kesehatan Indonesia 2020*, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, available at: <https://pusdatin.kemkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf>.
- International NGO Forum on Indonesian Development. (n.d.). "Sustainable Development Goals", available at: <https://www.sdg2030indonesia.org/> (accessed 16 November 2021).
- Lu, L.C., Lan, S.H., Hsieh, Y.P., Lin, L.Y., Chen, J.C. & Lan, S.J. (2020), "Massage therapy for weight gain in preterm neonates: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials", *Complementary Therapies in Clinical Practice*, Elsevier Ltd, Vol. 39 No. 500, p. 101168.

- Lu, W.P., Tsai, W.H., Lin, L.Y., Hong, R. Bin & Hwang, Y.S. (2019), "The Beneficial Effects of Massage on Motor Development and Sensory Processing in Young Children with Developmental Delay: A Randomized Control Trial Study", *Developmental Neurorehabilitation*, Taylor & Francis, Vol. 22 No. 7, pp. 487–495.
- Marni, M. (2019), "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi", *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol. 10 No. 1, p. 12.
- Prabhakara, G. (2019), *Health Statistics (Health Information System), Short Textbook of Preventive and Social Medicine*, available at: https://doi.org/10.5005/jp/books/11257_5.
- Stevens, M., Frobisher, C., Hawkins, M., Jenney, M., Lancashire, E., Reulen, R., Taylor, A., *et al.* (2008), "The British Childhood Cancer Survivor Study: Objectives, methods, population structure, response rates and initial descriptive information", *Pediatric Blood & Cancer*, Vol. 50 No. 5, pp. 1018–1025.